

生徒の人間関係構築を支援する手法に関する基礎的調査

筑波大学附属駒場中・高等学校 生徒部

平田 知之・入江 友生・亀村ひかり

澤田 英輔・末岡 敏明・寺田 恵一

八宮 孝夫・早貸千代子

生徒の人間関係構築を支援する手法に関する基礎的調査

筑波大学附属駒場中・高等学校 生徒部

平田 知之・入江 友生・亀村ひかり

澤田 英輔・末岡 敏明・寺田 恵一

八宮 孝夫・早貸千代子

要約

本校生徒は個々に豊かな才能を発揮し、活発に学習や独別活動に取り組んでいる。個人が高い力量を持つ一方、集団としての受容的な雰囲気や、共同作業を重視する空気には乏しい。本研究は、そのような生徒たちがよりよい人間関係を築けるよう支援するための手法について、研修を行った記録である。

キーワード：グループワーク、ピア・サポート

1 はじめに

本校生徒は多様な学習活動・課外活動の場で、豊かな才能を発揮し、意欲的に活動している。三行大行事といわれる音楽祭・体育祭・文化祭は長い時間をかけて、すべて生徒自身の手で運営され、全員参加で例年大きな成果をあげている。他校では修学旅行にあたる校外学習も、生徒の旅行委員会主導で、およそ一年がかりで調査研究を進め、グループによる自主的な研修を行い、研究内容を大部の冊子にまとめたり、発表会を催したりして、成果を発信している。部活動にもほぼ全員が加入し、放課後はもとより、休日、長期休業中も盛んに活動している。さらに国際的な理科系のオリンピック（数学、生物、化学、物理、地理、情報）で入賞する生徒も多く、学習の成果を校内にとどまらず国際的な舞台で遺憾なく発揮している。こうした多彩な活動が可能になるのは、校内に教養主義的な、また、自分と異なる多様な他人の活動を肯定的にとらえる（少なくとも足を引っ張らない）空気があるからだと考えられる。言い方を変えれば、同調圧力が弱く、よい意味で個人主義的で、他人と異なる個性が尊重される雰囲気があるのだと思う。

しかし、めざましく周囲が活躍する中で、自分の立ち位置を見いだせず、うまく集団に適応できない

生徒も少数であるが存在する。また、不適応を起こしているわけではないが、漠然とした不安やストレスを抱えている予備軍は、更に多いことであろう。ハードな日々の学習をこなし、行事に追まられる本校生徒は忙しく、周囲の生徒の微細な変化に気がついたり、元気をなくしている友人に受容的に接する余裕は少ない。校外学習や通常の授業でグループ活動を行う機会が多いが、ともすれば特定の個人に仕事が集中したり、周囲との連絡が不十分なまま個人が突出したりすることも、あるようである。行事を運営する実行委員会では、異学年間の交流が少なく、仕事が特定の生徒に集中し、引継などで課題を抱えていることが多いという報告もある。本校は、個人主義的な校風である分、集団での活動をあまり得意とせず（そういえば、部活動で成果をあげている囲碁・将棋・水泳・陸上・テニスなども、チームで参加するものの、個人の能力に負うところが大きい種目である）、受容的、相談的、相互扶助的な雰囲気に欠ける恨みがあるのではないだろうか。その中で、集団から取りこぼされ、居場所を獲得することができずに苦しんでいる生徒も生まれているのではないだろうか。

今回の研究の目的は、生徒集団をより受容的、相談的な雰囲気に変え、生徒がより安心して活発に活

動できるよう、よりよい人間関係を築いて行けるように支援するための手法を研究することにある。本校では、そのような手法として、ピア・サポートについてすでに先行する研究がある。本研究は、その成果をまず踏まえ、生徒部内で研修を行った後、他のさまざまな手法についても視野を拡げてゆくという手順をとることにした。

2. 本校ピア・サポート研究の流れ

本校では 2000 年度より保健委員会の活動の一環としてピア・サポートを始め、過去五年間の活動については、以下のような報告がある。

- (1) 「学校内におけるピアサポート活動 ―保健委員会活動から定着に向けたプログラム開発の試み―」本校論集・第 42 集 (2002)
- (2) 「2003 年度 学校内におけるピアサポート活動 =保健委員会活動から定着に向けたプログラム開発の試み=」本校論集・第 43 集 (2003)
- (3) 「ピアサポートプログラムのモデル化 ―試案―」本校論集・第 44 集 (2004)
- (4) 「ピア・サポート活動における新たな試み ―高校生保健委員によるピア・サポート講座」本校論集・第 45 集 (2005)
- (5) 「ピア・サポート活動の動向と課題 ―ピア・サポート活動におけるピア・トレーナーの活用を考える」本校論集・第 46 集 (2006)

最後の報告は、本校保健委員会での実践をもとにして、本校の活動の中で養成された高校生ピア・サポートトレーナーは、日本ピア・サポート学会が示す研修活動などの資格認定要件は欠けてはいるものの、実質的には同学会が期待する知識と技能を有することを述べたもので、上記すべての報告が本校保健委員会におけるピア・サポート活動をもとにした実践報告である。

しかし、保健委員会における実践が着々と積み重ねられてきたにもかかわらず、ピア・サポート活動の全校的な浸透への糸口はまだつかめていない。実践する教員も主に養護教諭に限られてきた。そこで本年度は、まず、筑波大学学校教育局の熊谷恵子先生にお願いして、生徒部教員全員に対する研修会を夏休みに行ってみた。

3. 生徒部研修会報告

生徒部教員の研修会は、次のように行われた。

日時：2007 年 8 月 30 日(木) 13:00～16:00

講師：熊谷恵子先生（筑波大学人間総合科学研究科准教授）

参加者：生徒部教員 7 名

研修内容

1. 座学

生徒向けピア・サポート講習会の内容について学んだ。

当日のメニューは次の通り。

① ピア・サポート or ソーシャルスキルトレーニングの意義と内容を知ろう

思春期は身体面も精神面も急激に成長する時期で、きわめてバランスが悪くなる。

「悩み」は唐突にやってきて、しかも持続する。「悩み」を持つ生徒は、教育相談や心療内科などに自分から出かけて行くエネルギーがない。そこにピアの支援ニーズがある、という話があった。

また、ピア・サポーターの役割は、問題を解決してあげるのではなく、相手自身が解決策を見いだして行けるようにサポートすることである、ということが確認された。

② よい聴き手になろう

聴き手の態度として、「批判しない」「共感する」「聞くだけに徹する」ことの重要性が説明された。ピア・サポートの場合は、相手の考え方を左右するようなことは言わない。ピア・サポーターに要求される態度は、教育相談一般につながる基本姿勢である。また、聴き手の態度の表し方として、「うなづき」「オープンクエスチョン (Yes, No で答えられない、話題が広がる質問)」「パラフレーズ (相手の言ったことの繰り返し)」などが紹介された。

③ 自分の人との関わり方を知ろう

交流分析 (Transactional Analysis) で使われる質問紙を用いてエゴグラムを測定し、自分の性格の特徴をとらえる方法について解説された。このプログラムでは、自我の状態を次の五つに分類する。

- CP (批判的な親) 父親的性格 → 他者否定
- NP (保護的な親) 母親的性格 → 他者肯定
- A (大人の性格) → 中立的
- FC (自由な子ども) → 自己肯定
- AC (順応した子ども) → 自己否定

④ 自分の人との関わり方を変えてみよう

エゴグラムにより明らかになった自我は、個性であり、否定的にとらえるべきではない。しかし、それが強すぎて周囲との関係が好ましいものにならないことがあるのだとすれば、その部分には注意してゆく必要がある。それぞれの自我状態をあげる言葉や態度をまなび、自身の自我とは別の自我を言葉や態度で現してみるとよい。

⑤ トラブルの解決法を考えよう

問題解決は、結論よりも過程が重要である。レスキューよりもサポートを心がけるべきである、という話があった。聴き手として問題解決上心がける態度には、次のステップが考えられる。

- 1 問題の明確化
- 2 解決策の産出 量の法則(数を多く)、判断延期(判断をとりあえず置いて、何でも考えてみる)の原則、多様性の原則を踏まえる。
- 3 解決策の決定
- 4 解決策の実行計画
- 5 解決策の実行(と感情のコントロール)
- 6 成果の検証

⑥ 非言語的コミュニケーションを意識する

相手の話しやすい態度について研究する。プログラムの流れとしては、②の「よい聴き手になろう」に組み込んでよいかもしれない、という話があった。

2. 実習

以上のような座学を1時間程度行った後、③と④について実習を行った。

実習は次のような手順で行われた。

- ① 参加者がエゴグラムの試験紙を用いて、各自が1. ③のどの自我状態にあるのかを測定した。
- ② ①で弱かった自我をロールプレイのテキストを用いて、演じてみた。

テキストは、次のようなもので、登場人物として、5人の家族が設定されている。

登場人物 父(CP)、母(NP)、長男(A、浪人生)、次男(FC、中学2年生)、末娘(AC、中学1年生)

状況設定 サッカー部に入部した次男が怪我ばかりしているので、両親が心配している。

場面 食事の後、家族で話し合っている。

会話例(部分)

父「それで飯を食べていきたい、てならけがをなおして部活を続けたっていいだろうが、

そうでなければ万年補欠なんだろうし、いい加減、勉強の方に気持ちを切り替えろってってんだよ。」

母「お父さんは、お前の体や将来を心配しているのよ。」

次男「ただ、治療代をだしたくないってせこい考えなんじゃないの」

父「なにー！」

長男「(すぐに割ってはいる) ちょっと落ち着いてよ。お金のことはともかく、とにかくけがは直さないといけないよね。」

母「治療費のことはいいのよ。でもこれ以上大けがしたりしたら、あなた部活続けるどころか普通に生活するのにもまならなくなったらどうするのよ」

末娘「あたしも心配だな」

③ 最後にロールプレイの簡単解説を受け、振り返りと質疑応答を行った。主な内容は次の通り。

・このプログラムで身につけるのはソーシャルスキルの一つである。

・ソーシャルスキルは性格にかかわらず練習によって身につけられるスキルである。

・エゴグラムは自己認識であるが、実際他者から客観的に見たときにはどうか？

→自分がどう意識して振る舞うべきか、という材料になる。振る舞いの意識をさせるのにロールプレイは有効である。

・こういったトレーニングを校内に浸透させるにはどうしたらよいか？

→全員で相互に行うのが理想。保健委員会の代表者から始める、というのはよい。

・全員に対してトレーニングを行うと、積極的にやる者も消極的な者もいるが？

→とっかかりをどうするかを考える。筑駒生は理論を聞くのが好きだが、自分でやることにはとまどいがある。技術的なことを意識させた方がよい。

4. 研修会後の展開と今後の課題

研修会での学習を踏まえて、ピアサポートとも大いに関係のあるソーシャルスキル・トレーニング、その手法として重要な位置を占めるロールプレイング、やはりロールプレイを重要な手法とする、心理療法としてのサイコドラマ、また、グループで行う

カウンセリングの手法としてのエンカウンターグループ（ベーシックエンカウンター、構成的グループエンカウンター）、ソーシャルスキルトレーニングの関連領域としてアサーション（トレーニング）、コーチングなど、生徒の人間関係構築の支援に役立つと思われる各手法の文献研究を行った。筆者は心理学の専門家ではないので、これらの膨大な先行研究の手法を簡易にまとめることはできないが、どの手法も、①受容的で、参加者の自由な発言を引き出す雰囲気の中で、②グループワークを用いたコミュニケーショントレーニングを行うことが多い、という意味では共通している。本校では自由な発言を保証する環境はあるが、個の力で生きてゆける能力の高い生徒が多く在籍するためもあって、あまり自信のない生徒の発言を引き出す受容的な雰囲気や、共同作業（特に、学級を超えた、異学年の）を奨励する雰囲気は弱い。こうしたトレーニングが効果を発揮する局面は多いものと考えられる。

しかし、今回の生徒部の研究は、研修会以降前進しなかった。それはなぜなのだろうか。いくつか理由を考えてみた。

第一は、グループワークの一つ一つの具体的なアクティビティに対する違和感があることである。ロールプレイの意義は認めながらも、実際に上記のような会話を行ってみると、やはり恥ずかしさが先行するものであった。アイスブレイク、と呼ばれるワークの導入に用いられるゲーム類にも、大人はもとより、高校生男子は違和感を覚えることが多い。

第二は、トレーナー、リーダーの養成の問題である。前項にアクティビティを行う際の違和感について述べたが、高度なスキルを擁しているトレーナーであれば、そうした違和感を払拭しながらトレーニングを進めて行く力量を持っていることであろう。このような各種のトレーニングは、相手の心の問題に踏み込んで行くことにもなるから、効果を上げるためにも、安全管理上もカウンセラーとしての深い知見と豊富な経験が必要とされるように思う。学問として心理学を修めているわけではない一般の教員や生徒にとって、そのような水準に到達するのは容易でないように思われる。調査を進めてみると、手法によっては公認トレーナー養成のためのカリキュラムや資格要件を定めているものもあるようであるが、そのためにはかなりの時間を研修に当て、経済的な負担をも必要とするケースがあるようである。

また、生徒の相互援助、ということで、生徒をト

レーナーとして養成するためにも、いろいろな課題があるように思われる。

トレーナーとしてふさわしい生徒はどのような生徒なのだろうか。生徒をトレーナーとして養成するために必要なカリキュラムを、忙しい学校生活の中でどのように消化させればよいのだろうか。生徒がトレーナーの水準に達したかどうかを、だれがどのように測定すればよいのだろうか。（高校生トレーナーの養成については、昨年度の論集で言及している）

第三は、ソーシャルスキルのアセスメント（参加者の現状診断）や、成果の検証方法が、カウンセラーでない一般の教員には分かりづらいことである。参加者として選ばれるべき生徒がどのような生徒なのだろうか。「悩み」を持つ生徒は、教育相談や心療内科などに自分から出かけて行くエネルギーがない。そこにピアの支援ニーズがある、とのことであったが、そのような生徒をどのように発見するのだろうか。希望者対象でよいのだろうか。テストで対象者を絞り込むとした場合、対象者のトレーニング前のソーシャルスキル能力はどのように測定されるのだろうか。そのためのコストや時間はどのくらいかかるのだろうか。その信頼性はどのくらいあるのだろうか。絞り込みの根拠はどこに求めるのだろうか。絞り込まれた生徒にトレーニングを受けさせるために、生徒や保護者にどのような形でテスト結果の開示を進めればよいのだろうか。また、全員にトレーニングを受けさせることにするとした場合、その根拠をどのように説明したらよいのだろうか。そのようなトレーニングが必要だと思っていない生徒や保護者や教員をどのように説得すればよいのだろうか。

トレーニングの成果はどのように測定されるのだろうか。その方法や、コストはどうだろうか。成果はどのくらいの期間有効になるのであろうか。トレーニングを受けた生徒のその後を追跡した長期間のデータはあるのだろうか。

以上のような問題は、専門家の間ではどうに解決済みなのかもしれない。私のような心理学の素人である一般の教員や保護者や高校生に、アセスメントや効果測定の過程や結果が見えるようになれば、全校的にトレーニングに取り組もうとする空気も生まれるのではないかと思う。

どうすれば学校全体を巻き込んで、生徒の人間関係構築支援のためのプログラムが展開できるようになるのか、今後も学校教育局や保健室と一体となっ

て研究を進めて行きたい。(文責 平田)

参考文献

- 熊谷恵子編『先生のためのスクールカウンセラー
200%活用術』2003, 図書文化
- 新里里春ほか『交流分析とエゴグラム』1986, チーム医療
- 氏原寛編『ロールプレイスーパーヴィジョン』1997,
ミネルヴァ書房
- 杉田峰康『講座サイコセラピー〈第8巻〉交流分析』
1985, 日本文化科学社
- 杉田峰康『講座サイコセラピー〈第8巻〉交流分析』
1985, 日本文化科学社
- 谷利夫杉田峰康『講座サイコセラピー〈第9巻〉ロ
ールプレイング』1986, 日本文化科学社
- 田中 熊次郎『講座サイコセラピー〈第10巻〉ソー
シャル・スキル・トレーニング』1987, 日本文化科
学社
- 安部恒久『エンカウンター・グループ：仲間関係の
ファシリテーション』2006, 九州大学出版会
- 國分康孝, 國分久子『自分と向き合う！ 究極のエ
ンカウンター』
- 國分康孝, 國分久子, 片野智治編『構成的グルー
プ・エンカウンターと教育分析』2006, 誠信書房
- 滝充編著『ピア・サポートではじめる学校づくり』
(実践導入編) 2002, (中学校編) 2004, 金子書房
- 坂本真士・丹野義彦・安藤志『臨床社会心理学』2007,
東京大学出版会
- 高良聖編『サイコドラマの現在 現代のエスプリ
459』2005, 至文堂